

имущественно на открытом воздухе с учетом температурных условий. Запрещается проведение массовых мероприятий в закрытых помещениях, в том числе между разными отрядами, а также мероприятия с посещением родителей. Массовые мероприятия на открытом воздухе должны проводиться без непосредственного контакта между детьми из разных отрядов.

3.6. Абзацы второй и пятый пункта 3.3, абзацы первый и третий пункта 3.5 санитарных правил не распространяются на организации отдыха детей и их оздоровления с дневным пребыванием. Для организаций отдыха детей и их оздоровления с дневным пребыванием допускается проведение экскурсий для детей на открытом воздухе.

3.7. В социальных организациях для детей с круглосуточным пребыванием должно быть обеспечено круглосуточное нахождение медицинских работников.

Обследование персонала на COVID-19 осуществляется по эпидемиологическим показателям на основании решений главных государственных санитарных врачей в субъектах Российской Федерации.

Запрещается посещение социальной организации для детей лицами, не связанными с ее деятельностью.

3.8. Организатор игровой комнаты обеспечивает:

- ограничение пределов игровой комнаты (в случае ее устройства в виде специально выделенного места);
- проведение термометрии лиц, входящих в игровую комнату (при этом лица с температурой тела 37,1 °С и выше, а также с признаками инфекционных заболеваний [респираторными] в игровую комнату не допускаются);
- проведение ежедневной уборки игровой комнаты с применением моющих и дезинфицирующих средств с обработкой всех поверхностей, оборудования и игрушек, а также обеззараживания воздуха с использованием оборудования по обеззараживанию воздуха.

УТВЕРЖДАЮ

руководитель Роспотребнадзора,

*Главный государственный санитарный врач РФ
А.Ю. Попова*

18 мая 2020 г.

2.4. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

Методические рекомендации

МР 2.4.0179-20

1. Общие положения и область применения

1.1. Настоящие методические рекомендации (далее — МР) определяют основные положения по организации здорового питания обучающихся общеобразовательных организаций, в том числе обучающихся 1—4-х классов.

ных организаций; для юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, поставляющих (реализующих) пищевые продукты и продовольственное сырье в общеобразовательные организации; общеобразовательных организаций, органов управления образованием, органов и учреждений Роспотребнадзора.

1.3. МР направлены на организацию здорового питания, в том числе чего в общеобразовательных организациях, формирование принципов рационального, сбалансированного питания при оказании услуг по организации питания. Реализованы принципы здорового питания, в том числе включающие уменьшение количества потребляемых кондитерских изделий, колбасных изделий, сахара и соли.

1.4. В МР предложены варианты базового меню для разработки региональных типовых меню, учитывающих территориальные, национальные и другие особенности питания населения.

II. Организация питания обучающихся в общеобразовательных организациях

2.1. Здоровое питание предусматривает первый прием пищи ребенком с учетом режима дня и организации образовательного процесса.

2.2. Обучающиеся общеобразовательных организаций, в зависимости от режима (смены) обучения обеспечиваются горячим питанием в виде завтрака и(или) обеда. Продолжительность перемены для приема пищи должна составлять не менее 20 минут. Обучающиеся первой смены обеспечиваются завтраком во вторую или третью перемены.

2.3. Завтрак должен состоять из горячего блюда и напитка, рекомендуется добавлять ягоды, фрукты и овощи.

Завтрак для обучающихся 1—4-х классов должен содержать 12—16 г жира, 12—16 г жира и 48—60 г углеводов, для обучающихся старших классов 15—20 г белка, 15—20 г жира и 60—80 г углеводов. Ассортимент продуктов и блюд завтрака должен быть разнообразным и может включать на выбор: мясные и творожные блюда, мясные или рыбные блюда, молочные продукты (в том числе сыр, сливочное масло), блюда из яиц, овощи (свежие, тушеные), макаронные изделия и напитки.

2.4. Обучающиеся во вторую смену обеспечиваются обедом. Не допускается замена обеда завтраком.

Обед должен включать закуску (салат или свежие овощи), горячее второе блюдо и напиток. Обед в зависимости от возраста обучающегося должен содержать 20—25 г белка, 20—25 г жира и 80—100 г углеводов.

Для реализации принципов здорового питания целесообразно дополнить блюда свежими фруктами, ягодами. При этом фрукты должны выдаваться штучно.

2.5. Меню разрабатывается на период не менее двух учебных недель, с учетом требуемых для детей поступления калорийности, белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов, необходимых для их нормального роста и развития.

Меню обеда должно быть составлено с учетом получаемого школьником завтрака. Если на завтрак выдавалось крупяное блюдо (каша, запеканка), то на обед должно быть блюдо с высоким содержанием белка и углеводов.

Для обеспечения полноценного питания обучающихся использовать:

- продукты повышенной пищевой ценности, в т.ч. обогащенные продукты (макро-микронутриентами, витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными веществами);
 - пищевые продукты с ограниченным содержанием жира, сахара и соли.
- Рекомендуется, чтобы содержание вносимой в блюдо соли на каждый прием пищи не превышало 1 грамм на человека.

При разработке меню рекомендуется руководствоваться следующим: включать блюда, технология приготовления которых обеспечивает сохранение вкусовых качеств, пищевой и биологической ценности продуктов и предусматривает использование щадящих методов кулинарной обработки.

Наименования блюд и кулинарных изделий в меню должны соответствовать их наименованиям, указанным в используемых сборниках рецептов.

Изготовление готовых блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых указываются рецептура и технология приготовления блюд и кулинарных изделий.

В меню не допускается включать повторно одни и те же блюда в течение одного дня и двух последующих дней.

При составлении меню (завтраков, обедов, полдников, ужинов) рекомендуется использовать среднесуточные наборы продуктов (приложение 1 к настоящим МР).

Меню разрабатывается с учетом сезонности, необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированного по возрастным группам (классам) обучающихся (приложение 2 к настоящим МР). На основе предлагаемых вариантов меню могут быть разработаны другие варианты в зависимости от региональных, национальных и других особенностей при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания основных пищевых веществ.

Для обучающихся, нуждающихся в лечебном питании, разрабатывается отдельное меню в соответствии с утвержденным набором продуктов для данной патологии.

В исключительных случаях (нарушение графика подвоза, отсутствие необходимого запаса продуктов и т.п.) может проводиться замена блюд. Заменяемые продукты (блюда) должны быть аналогичны заменяемому продукту (блюду) по пищевым и биологически активным веществам (приложение 3 к настоящим МР).

2.6. Разрабатываемое для обучающихся 1—4-х классов меню должно отвечать следующим рекомендациям:

2.6.1. Энергетическая ценность школьного завтрака должна составлять 400—550 ккал (20—25% от суточной калорийности), обеда — 600—750 ккал (30—35%).

2.6.2. Для общеобразовательных организаций, расположенных в Арктической зоне, необходимо повышать суточную калорийность пищевого рациона на 10%.

2.6.3. Суточный режим питания по отдельным приемам пищи и в зависимости от смены занятий обучающихся представлен в таблице 1. На домашние завтраки обучающихся в первую смену от суточного потребления в среднем может приходиться до 10% энергетической ценности.

1-я смена			2-я смена		
Прием пищи	Часы приема	% к суточной калорийности	Прием пищи	Часы приема	% к суточной калорийности
Завтрак	9.30—11.00	20—25	Завтрак	7.30—8.30	20—2
Обед	13.30—14.30	35	Обед	12.30—13.30	30—3
Полдник	15.30—16.30	10—15	Полдник	15.30—16.30	10—1
Ужин	18.30—19.30	20—25	Ужин	18.30—19.30	20—2

2.6.4. При составлении меню необходимо соблюдать требования по порций (блюд). Рекомендуемая масса блюд (порций) с учетом возраста обучающихся представлена в таблице 2.

Табл.

Рекомендуемая масса порций блюд для обучающихся различного возраста

Название блюд	Масса порций (в граммах, мл) для обучающихся двух возрастных групп	
	с 7 до 11 лет	с 12 лет и стар
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо	150—200	200—200
Напитки (чай, какао, сок, компот, молоко, кефир и др.)	200	200
Закуска (салат, овощи в нарезке и т.п.)	60—100	60—100
Суп	200—250	250—250
Мясо, котлета	80—120	100—100
Гарнир	150—200	180—180
Фрукты (поштучно)	100—120	100—100

2.7. Информация о питании детей, в том числе меню, доводится до родителей и детей любым доступным способом (размещается в обеденном зале, на стенде) информации, на сайте общеобразовательной организации и т.п.

III. Объемно-планировочные решения и размещение организаций общественного питания в общеобразовательных организациях

3.1. Организациями общественного питания общеобразовательных организаций для обслуживания обучающихся могут быть:

- базовые организации школьного питания (комбинаты школьного питания, школьно-базовые столовые и т.п.), которые осуществляют за

питания, столовых общеобразовательных организаций, работающих на производственном сырье и(или) полуфабрикатах, должны быть предусмотрены объемно-планировочные решения, набор помещений и оборудование, позволяющие осуществлять приготовление безопасной, с максимальным сохранением пищевой ценности, кулинарной продукции и ее реализацию;

- столовые, работающие на продовольственном сырье или на полуфабрикатах, которые производят и(или) реализуют блюда в соответствии с разнообразным по дням недели меню;

- столовые-договорочные, на которых осуществляется приготовление блюд и кулинарных изделий из полуфабрикатов, порционирование и выдача блюд;
- буфеты-раздаточные, осуществляющие реализацию готовых блюд, кулинарных, мучных кондитерских и булочных изделий, приготовление горячих напитков.

3.2. Питание обучающихся может осуществляться в помещениях, находящихся в основном здании общеобразовательной организации, пристроенных к зданию, или в отдельном стоящем здании. Рекомендуемый набор помещений приведен в приложении 4 к настоящему МР.

3.3. При оснащении пищеблоков необходимо учитывать современные тенденции по использованию технологического оборудования. При оснащении пищеблоков необходимым технологическим оборудованием и кухонной посудой (кастрюли с крышками, противни с крышками, гастроемкости с крышками и т.п.) учитываются количество приготавливаемых блюд, их объемы и виды (1-е, 2-е или 3-е блюдо), ассортимент основных блюд (мясо, рыба, птица), мощность технологического оборудования и т.п.

Примерный расчет технологического оборудования и кухонной посуды для пищеблоков:

- в соответствии с рецептурными сборниками расчет закладки продуктов первых и третьих блюд проводится на 1000 мл. Например, при организации обедов для обучающихся в количестве 400 человек необходимо приготовить не менее 100 литров 1-го блюда (400 × 250 мл) и 80 литров третьего (400 × 200 мл), следовательно, для первых блюд необходимо иметь не менее двух кастрюль объемом по 50 л, для третьих — две кастрюли объемом по 40 л;

- в составе технологического оборудования необходимо предусмотреть наличие не менее двух электроплит на четыре конфорки каждая. При наличии электроплиты на шесть конфорок.

Объем (выход) готовых гарниров составляет не менее 150 г, следовательно, для гарниров необходимо наличие не менее двух кастрюль объемом по 40 л (400 × 150 г).

Объем (выход) основных блюд (из мяса, рыбы, птицы) составляет не менее 80 г. Для основных блюд необходимо наличие не менее двух кастрюль объемом 20 л (400 чел. × 80 г).

Для реализации принципов здорового питания в современных условиях при строительстве, реконструкции, модернизации, капитальных ремонтах пищеблоков рекомендуется проводить их оснащение пароконвекционными автоматами (пароконвектоматами), в которых возможно одномоментное приготовление основных блюд на всех обучающихся (400—450 чел.). Пароконвектоматы обеспечивают гастроемкостями установленных технических паспортном объемом и

тушение, припускание и т.п.) и современных технологий приготовления основных блюд на пищеблоке необходимо наличие электрического духового (или рочного) шкафа (на три или четыре секции), электросковороды.

Для раздачи основных блюд, приготовленных и(или) подаваемых с соусными ложками, соусницами) с мерной меткой установленного объема (50, 75 и т.д.). Для соусов необходимо наличие не менее трех кастрюль объемом 10 л (400 чел. × 75 мл).

Для раздачи блюд жидкой (полужидкой) консистенции (первые, третьи блюда, жидкие каши, молочные супы и т.п.) необходимо наличие на пищеблоке специального кухонного инвентаря (ковши) с длинной ручкой, позволяющей при готовлении и раздаче перемешивать весь объем блюда в кастрюле, с мерной установленной емкостью (200, 250 мл и т.д.).

3.4. Производственные помещения пищеблоков оснащаются достаточным количеством холодильного оборудования для обеспечения условий, сроков хранения и товарного соседства различных видов продуктов и сырья.

3.5. Всё установленное в производственных помещениях технологическое и холодильное оборудование должно находиться в исправном состоянии. В случае выхода из строя какого-либо технологического оборудования необходимо внести изменения в меню.

Ежегодно перед началом учебного года проводится технический контроль исправности технологического оборудования.

3.6. При доставке готовых блюд и холодных закусок в буфеты-раздаточных используются изотермические емкости, внутренняя поверхность которых выполнена из материалов, отвечающих требованиям, предъявляемым к материалам, разрешенным для контакта с пищевыми продуктами и поддается требуемому температурный режим.

3.7. В буфетах-раздаточных должны быть предусмотрены объемно-планировочные решения, набор помещений и оборудование, позволяющие осуществлять реализацию блюд, кулинарных изделий, а также приготовление горячих напитков и отдельных блюд.

Буфеты-раздаточные оборудуются минимальным набором помещений и оборудования:

- не менее двух моечных ванн (или одной двухсекционной) с обеспечением подвода горячей и холодной воды к ним через смесители с душевыми садками;
- раковина для мытья рук;
- два цельнометаллических производственных стола: один — для термометрирования, второй — для нарезки (хлеба, овощей, сыра, масла и т.п.);
- холодильник (холодильный шкаф);
- стеллаж (шкаф) для хранения чистых кухонного разделочного инвентаря (ножей, досок, столовой посуды и приборов).

Перед входом в комнату для приема пищи или непосредственно в комнату устанавливается не менее двух раковин для мытья рук обучающихся.

3.8. Порционирование и раздача блюд осуществляется персоналом пищеблока в одноразовых перчатках, кулинарных изделий (выпечка и т.п.) — с использованием специальных щипцов.

4.2. Независимо от организационно-правовых форм юридических лица и индивидуальных предприниматели, деятельность которых связана с организацией и(или) обеспечением горячего питания обучающихся, обеспечивают реализацию мероприятий, направленных на охрану здоровья обучающихся, в том числе:

- соблюдение требований качества и безопасности, сроков годности поступающих на пищеблок продовольственного сырья и пищевых продуктов;
- проведение производственного контроля, основанного на принципах ХАССП;
- проведение лабораторного контроля качества и безопасности готовой продукции в соответствии с рекомендуемой номенклатурой, объемом и периодичностью проведения лабораторных и инструментальных исследований (приложение 5 к настоящему МР).

Лабораторные и инструментальные исследования обеспечивают подтверждение безопасности приготовляемых блюд, их соответствие гигиеническим требованиям, предъявляемых к пищевым продуктам, а также подтверждение безопасности контактирующих с пищевыми продуктами предметами производственного окружения.

4.3. Общеобразовательная организация разъясняет принципы здорового питания и правила личной гигиены обучающимся.

4.4. Во время организации внеклассной работы педагогическому коллективу рекомендуется проведение бесед, лекций, викторин, иных форм и методов занятий по гигиеническим навыкам и здоровому питанию, в том числе о значении горячего питания, пищевой и питательной ценности продуктов, культуры питания.

4.5. Наглядными формами прививания навыков здорового питания могут быть плакаты, иллюстрированные лозунги в столовой, буфете, в «уголке здоровья» и т.п.

4.6. Решение вопросов качественного и здорового питания обучающихся, пропаганда основ здорового питания рекомендуется организовывать во взаимодействии образовательной организации с общеобразовательным родительским комитетом, общественными организациями.

4.7. При подготовке к проведению конкурсных процедур (аукционов) по поставке продуктов и(или) организации питания обучающимся общеобразовательной организацией или лицом, ответственным за проведение данных процедур, определяются виды и количественные объемы необходимых продуктов, а также представляются технические характеристики качества каждого наименования продукта (приложение 6 к настоящему МР). Данные характеристики учитываются и при определении прямых поставок продукции (без конкурсных процедур).

4.8. При подготовке технического задания на проведение конкурса (аукциона и пр.) на поставку продуктов необходимо внести такие характеристики, как калибровка фруктов (определение среднего веса [яблоко — 100—120 г, мандарин — 60—70 г и др.]); кроме того, обязательным условием является

V. Организация мониторинга горячего питания

5.1. Мониторинг горячего питания проводится с целью оценки эффективности организации горячего здорового питания обучающихся в общеобразовательных организациях, повышения доступности здорового питания, формирования у обучающихся навыков здорового питания. Мониторинг проводят уполномоченные органы управления организацией, государственные и муниципальные органы управления образованием и орган управления общеобразовательной организацией.

5.2. Показателями мониторинга горячего питания являются:

- количество обучающихся всего, в т.ч. 1—4-х классов, 5—11-х классов; 5—11-х классов;
- количество обучающихся в первую смену всего, в т.ч. 1—4-х классов; 5—11-х классов;
- тип пищеблока (столовые, работающие на продовольственном сырье, столовые, работающие на полуфабрикатах [догоготовочные], буфеты-раздаточные);
- количество посадочных мест в обеденном зале;
- соответствие меню положениям настоящих рекомендаций;
- организация и проведение производственного контроля и лабораторных исследований (испытаний) в соответствии с положениями настоящих рекомендаций;
- наличие родительского (общественного) контроля за организацией питания детей;
- объем и вид пищевых отходов после приема пищи;
- информация по выполнению контрактных обязательств о качестве и безопасности поставляемых пищевых продуктов;
- удовлетворенность питанием обучающихся и их родителей;

5.3. С целью автоматизации процедур сбора и оценки показателей используются программные средства.

Приложение 1

Среднесуточные наборы пищевых продуктов, для обучающихся общеобразовательных организаций (в нетто г, мл, на одного ребенка в сутки)

№	Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции	Итого за сутки		
		7—11 лет	12 лет и старше	
1.	Хлеб ржаной	3	4	
2.	Хлеб пшеничный	80	120	
		150	200	

Администрация образовательной организации

№	Крупы, бобовые	10	20
4.	Макаронные изделия	45	50
5.	Картофель	15	20
6.	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные*, в т.ч. томат-пюре, зелень	187	187
7.	Фрукты свежие	280	320
8.	Сухофрукты	185	185
9.	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	15	20
10.	Мясо 1-й категории	200	200
11.	Субпродукты (печень, язык, сердце)	70	78
12.	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные — 1-й категории)	15	20
13.	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	35	53
14.	Молоко 2,5%; 3,5%	58	77
15.	Кисломолочная пищевая продукция	300	300
16.	Творог (не более 9% м.д.ж.)	150	180
17.	Сыр	50	60
18.	Сметана (не более 15% м.д.ж.)	10	12
19.	Масло сливочное	10	10
20.	Масло растительное	30	35
21.	Яйцо, шт.	15	18
22.	Сахар**	1	1
23.	Кондитерские изделия	30	35
24.	Чай	10	15
25.	Какао-порошок	0,4	0,4
26.	Кофейный напиток	1,2	1,2
27.	Дрожжи хлебопекарные	2	2
28.	Крахмал	1	2
29.	Соль пищевая поваренная йодированная	3	4
30.	Специи	3	5
31.		2	2

Примечания.

В период проведения спортивных соревнований, сборов (игр), слетов и т.п. нормы питания должны быть увеличены не менее чем на 10%.

* Соленые и квашеные овощи — не более 10% от общего количества овощей.

** В том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции.

Приложение 1. Примерное меню завтраков для обучающихся 1—4-х и 5—11-х классов

Название блюда	1—4-е классы		5—11-е классы	
	Выход (вес порции (мл или г))		Выход (вес порции (мл или г))	
1	2		3	
1-я НЕДЕЛЯ				
Понедельник				
Каша гречневая молочная		200		220
Чай*		200		200
Хлеб**		30		30
Масло сливочное		10		10
Сыр («Российский» и др.)		15		15
ИТОГО		455		475
Вторник				
Омлет натуральный		140		160
Зеленый горошек отварной консервированный		25		30
Кофейный напиток		200		200
Хлеб**		30		30
Масло сливочное		10		10
ИТОГО		405		430
Среда				
Рыба припущенная		80		100
Картофельное пюре		150		180
Чай с лимоном*		200/7		200/7
Хлеб**		30		30
Масло сливочное		10		10
ИТОГО		477		527
Четверг				
Запеканка творожно-морковная со сметанным соусом		200/15		220/20
Какао с молоком		200		200
Хлеб**		30		30
Масло сливочное		10		10
ИТОГО		455		480
Пятница				
Макаронные изделия с тертым сыром		180		200

		2-я НЕДЕЛЯ	
		Понедельник	
Масло сливочное	30	200	220
ИТОГО	10	200	200
Каша пшеничная молочная	30	30	30
Чай фруктовый*	10	10	10
ИТОГО	15	15	15
		Вторник	
Запеканка рисовая со сметанным соусом	200/15	200/15	220/20
Какао с молоком	200	200	200
Хлеб**	30	30	30
Масло сливочное	10	10	10
ИТОГО	455	455	480
		Среда	
Каша овсяная молочная	200	200	220
Чай*	200	200	200
Хлеб**	30	30	30
Масло сливочное	10	10	10
ИТОГО	15	15	15
		Четверг	
Пудинг творожный с изюмом	200	200	220
Подлива фруктовая	15	15	20
Кофейный напиток	200	200	200
Хлеб**	30	30	30
Масло сливочное	10	10	10
ИТОГО	455	455	480
		Пятница	
Биточки (мясо или птица)	80	80	100
Макаронные изделия	150	150	180
Чай с лимоном*	200/7	200/7	200/7
Хлеб**	30	30	30

		1-я НЕДЕЛЯ	
		Понедельник	
Суп молочный с макаронными изделиями	200	200	220
Чай*	200	200	200
Сыр («Российский» и др.)	15	15	15
Масло сливочное	10	10	10
Хлеб**	30	30	30
ИТОГО	455	455	475
		Вторник	
Омлет натуральный	140	140	160
Морковь тертая с р/м	60	60	80
Кофейный напиток	200	200	200
Хлеб**	30	30	30
Масло сливочное	10	10	10
Сыр («Российский» и др.)	15	15	15
ИТОГО	430	430	495
		Среда	
Запеканка рисовая	200	200	220
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200	200
Йогурт порционный	125	125	125
Хлеб**	30	30	30
ИТОГО	555	555	575
		Четверг	
Сырники творожно-морковные с соусом молочным	200/15	200/15	220/20

Вариант 2. Примерное меню завтраков для обучающихся 1—4-х и 5—11-х классов

Примечания.
 * Можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.
 ** Отдавать предпочтение хлебу 2-го сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Масло сливочное	2	3
ИТОГО	10	10
	477	527

Пятница		2-я НЕДЕЛЯ	
Хлеб**	30	80	100
Масло сливочное	10	150	180
ИТОГО	455	200/7	200/7
Понедельник			
Тефтели рыбные	80	200	220
Картофельное пюре	150	15	15
Компот из сухофруктов	200	200/7	200/7
Хлеб**	30	30	30
ИТОГО	460	10	10
Вторник			
Биточки (мясо или птица)	80	462	482
Макаронные изделия отварные	150		
Какао с молоком	200		
Хлеб**	30		
Масло сливочное	10		
ИТОГО	470		
Среда			
Кукуруза консервированная отварная	25		
Омлет натуральный	140		
Кофейный напиток	200		
Хлеб**	30		
Сыр («Российский» и др.)	15		
ИТОГО	410		
Четверг			
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200		
Чай*	200		
Хлеб**	30		
Масло сливочное	10		

Пятница		3	
Сыр («Российский» и др.)	15		
ИТОГО	455		
Понедельник			
Тефтели (мясо или птица)	80		
Каша гречневая рассыпчатая	150		
Овощи свежие в нарезке	60		
Сок фруктовый	200		
Хлеб**	30		
ИТОГО	520		

Примечания.

* Можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.
 ** Отдавать предпочтение хлебу 2-го сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Вариант 1. Примерное меню обедов для обучающихся 1—4-х и 5—11-х классов

Название блюда	1—4-е классы		5—11-е классы	
	Выход (вес) порции (мл или г)		Выход (вес) порции (мл или г)	
1				
1-я НЕДЕЛЯ				
Понедельник				
Салат зеленый с помидорами с р/м	60		60	
Суп гороховый	250		250	
Биточки (мясо, птица)	80		80	
Овощное рагу	150		150	
Компот из сухофруктов	200		200	
Хлеб пшеничный	20		20	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30		30	
ИТОГО	790		840	
Вторник				
Огурцы свежие (или соленые) в нарезке	60		60	
Борщ со сметаной	250/10		250/10	
Рыба припущенная	80		80	
Картофель отварной (запеченный)	150		150	
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200		200	
Хлеб пшеничный	20		20	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30		30	

Среда		60	250	80	150	200	20	30	790	840
Среда										
Салат из свежих овощей с р/м		60								
Суп рисовый с картофелем			250							
Бефстроганов				80						
Макаронные изделия отварные					150					
Компот из плодов сухих (шиповник)*						200				
Хлеб пшеничный							20			
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)								30		
ИТОГО									790	840
Четверг										
Помидор свежий (или соленый) в нарезке		60								
Щи из свежей капусты			250							
Плов из птицы				200						
Компот из свежих яблок					200					
Хлеб пшеничный							20			
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)								30		
ИТОГО									760	810
Пятница										
Салат из моркови с яблоком с р/м		60								
Суп с макаронными изделиями			250							
Печень по-строгановски				80						
Картофельное пюре					150					
Кисель из ягод (замороженных или свежих)						200				
Хлеб пшеничный							20			
Хлеб ржаной								30		
ИТОГО									790	840
2-я НЕДЕЛЯ										
Понедельник										
Овощи свежие (или соленые) в нарезке		60								
Суп овощной со сметаной			250/10							
Тертели (мясные)				80						
Рис припущенный					150					
Компот из свежих яблок						200				
Хлеб пшеничный							20			
Хлеб ржаной								30		
ИТОГО									800	850

Вторник		60	250	200	200	20	30	760	810	
Вторник										
Салат зеленый с огурцом с р/м		60								
Рассольник по-ленинградски			250							
Рыба, запеченная с картофелем, по-русски				200						
Сок фруктовый (овощной)					200					
Хлеб пшеничный						20				
Хлеб ржаной							30			
ИТОГО									760	
Среда										
Салат витаминный с р/м		60								
Суп картофельный с рисовой крупой			250							
Котлеты (мясо или птица)				80						
Макаронные изделия					150					
Компот из сухофруктов						200				
Хлеб пшеничный							20			
Хлеб ржаной								30		
ИТОГО									790	
Четверг										
Помидор свежий (или соленый) в нарезке		60								
Борщ со сметаной			250/10							
Жаркое по-домашнему				200						
Кисель из ягод (замороженных или свежих)					200					
Хлеб пшеничный							20			
Хлеб ржаной								30		
ИТОГО									770	
Пятница										
Салат из моркови с яблоками с р/м		60								
Суп рыбный			250							
Котлета рубленая (мясо или птица), запеченная с соусом молочным				100						
Каша гречневая рассыпчатая					150					
Компот из плодов сухих (шиповник)*						200				
Хлеб пшеничный							20			
Хлеб ржаной								30		
ИТОГО									810	
Примечание.										
* Рекомендуется готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный).										

Название блюда	1-4-е классы		5-11-е классы	
	Выход (вес) порции (мл или г)	2	Выход (вес) порции (мл или г)	3
1-я НЕДЕЛЯ				
Понедельник				
Салат из свеклы с р/м	60	60	60	60
Суп крестьянский с крупой	250	250	250	250
Бефстроганов	80	80	100	100
Капуста тушеная	150	150	180	180
Компот из сухофруктов	200	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	20	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	30	30
ИТОГО	790	790	840	840
Вторник				
Икра кабачковая	60	60	60	60
Щи из свежей (или квашеной) капусты с картофелем	250	250	250	250
Рыба припущенная	80	80	100	100
Картофельное пюре	150	150	180	180
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	20	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	30	30
ИТОГО	790	790	840	840
Среда				
Капуста квашеная	60	60	60	60
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	250	250	250
Тефтели (мясо, птица)	80	80	100	100
Каша гречневая рассыпчатая	150	150	180	180
Компот из плодов сухих (шиповник)*	200	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	20	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	30	30
ИТОГО	790	790	840	840
Четверг				
Салат из моркови с р/м	60	60	60	60
Борщ с картофелем и фасолью	250	250	250	250

Плов из мяса (птицы)	200	200	200	200
Напиток хлопковый	200	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	20	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	30	30
ИТОГО	760	760	810	860
Пятница				
Огурец соленый	60	60	60	60
Суп овощной с мясными фрикадельками	250/20	250/20	250/20	250/20
Котлета рыбная	80	80	100	100
Картофель отварной	150	150	180	180
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	20	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	30	30
ИТОГО	810	810	860	860
2-я НЕДЕЛЯ				
Понедельник				
Овощи свежие (или соленые) в нарезке (огурцы)	60	60	60	60
Борщ со сметаной	250/10	250/10	250/10	250/10
Тефтели (мясные)	80	80	100	100
Вермишель отварная	150	150	180	180
Компот из ягод (замороженных или свежих)	200	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	20	20	20
Хлеб ржаной	30	30	30	30
ИТОГО	800	800	850	850
Вторник				
Салат из свеклы с р/м	60	60	60	60
Суп рыбный	250	250	250	250
Куры тушеные	80	80	100	100
Рис припущенный	150	150	180	180
Компот из плодов сухих (изюм)*	200	200	200	200
Хлеб пшеничный	20	20	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	30	30
ИТОГО	790	790	840	840
Среда				
Салат картофельный с зеленым горошком с р/м	60	60	60	60
Суп овощной	250	250	250	250
Жаркое по-домашнему	200	200	250	250

Администрация образовательного учреждения

Хлеб пшеничный	200	200
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	20
ИТОГО	30	30
Четверг		
Винегрет с р/м	60	60
Рассольник по-ленинградски	250	250
Рыба тушеная в томате с овощами	200	250
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30
ИТОГО	760	810
Пятница		
Овощи в нарезке — огурец свежий	60	60
Борщ со сметаной	250/10	250/10
Биточки (мясо или птица)	80	100
Каша рисовая	150	180
Напиток клюквенный	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30
ИТОГО	800	850

Примечание.

* Рекомендуется готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный).

Приложение 3

Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции — заменитель	Масса, г
1	2	3	4
Мясо говядины	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (филе)	120
		Творог 9%	120

		3	4
Баранина II кат.			97
Копина I кат.			104
Мясо лосося (промышленного производства)			95
Оленина (промышленного производства)			104
Консервы мясные			120
Творог 9%			20
Мясо (говядина I кат.)			15
Мясо (говядина II кат.)			15
Рыба (филе)			20
Сыр			10
Яйцо куриное			20
Мясо говядина			90
Рыба (филе)			100
Творог 9%			30
Мясо (говядина)			30
Рыба (филе)			35
Молоко цельное			200
Сыр			20
Мясо (говядина)			85
Творог 9%			100
Капуста белокочанная			370
Капуста цветная			80
Морковь			240
Свекла			190
Бобы (фасоль), в том числе консервированные			33
Горошек зеленый			40
Горошек зеленый консервированный			64
Кабачки			300
Фрукты консервированные			200
Соки фруктовые			200
Соки фруктово-ягодные			200
Сухофрукты:			
Яблоки			15
Чернослив			15
Курага			15
Изюм			20

Армийский район образован 15.10.2000

**производственных помещений пищеблоков
общеобразовательных организаций**

Оборудование	
2	
1	Склады
2	Стеллажи, подтоварники, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (при необходимости), психрометр
3	Производственные столы (не менее двух), картофелеочиствительная и овощерезательная машины, моечные ванны (не менее двух), раковина для мытья рук
4	Производственные столы (не менее двух), моечная ванна (не менее двух), универсальный механический привод и(или) овощерезательная машина, холодильник, раковина для мытья рук
5	Производственные столы (не менее двух), контрольные весы, среднетемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов), универсальный механический привод и(или) овощерезательная машина, бактерицидная установка для обеззараживания воздуха, моечная ванна для повторной обработки овощей, не подлежащих термической обработке, зелени и фруктов, контрольные весы, раковина для мытья рук
6	Производственные столы (для разделки мяса, рыбы и птицы) — не менее трех, контрольные весы, среднетемпературные и, при необходимости, низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов), электромясорубка, моечные ванны (не менее двух), раковина для мытья рук. В базовых предприятиях питания предусматривается наличие фаршемешалки и котлетоформовочного автомата
7	Производственный стол, три моечных ванны (емкости), емкость для обработанного яйца, раковина для мытья рук
8	Производственные столы (не менее двух), тестомесильная машина, контрольные весы, пекарский шкаф, стеллажи, моечная ванна, раковина для мытья рук. В данном производственном помещении должны быть обеспечены условия для просеивания муки
9	Производственные столы (не менее трех), контрольные весы, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема полуфабрикатов), овощерезка, моечные ванны (не менее трех), раковина для мытья рук, настенные часы
10	Производственный стол, хлеборезательная машина, шкаф для хранения хлеба, раковина для мытья рук

2	
Горячий цех	Производственные столы (не менее двух: для сырой и готовой продукции), электрическая плита, электрическая сковорода, духовой (жарочный) шкаф или пароконвектомат, электропривод для готовой продукции, электротокел, контрольные весы, раковина для мытья рук, настенные часы
Раздаточная зона	Мармиты для первых, вторых и третьих блюд и холодильным прилавком (витриной, секцией)
Моечная для мытья столовой посуды	Производственный стол, посудомоечная машина, трехсекционная ванна для мытья столовой посуды, двухсекционная ванна — раковина для мытья рук
Моечная кухонной посуды	Производственный стол, две моечные ванны, стеллаж, раковина для мытья рук
Моечная тары	Двухсекционная моечная ванна
Производственное помещение буфета-раздаточной	Производственные столы (не менее двух), электроплита, холодильные шкафы (не менее двух), раздаточная, оборудованная мармитами; посудомоечная, раковина для мытья рук
Посудомоечная буфета-раздаточной	Трехсекционная ванна для мытья столовой посуды, двухсекционная ванна — для стеклянной посуды и столовых приборов, стеллаж (шкаф), раковина для мытья рук
Комната приема пищи	Производственный стол, электроплита, холодильник, шкаф, моечная ванна, раковина для мытья рук

**Приложение 5
Рекомендуемая номенклатура, объем и периодичность
проведения лабораторных и инструментальных исследований
в организациях питания общеобразовательных организаций**

Вид исследований	Объект исследования (обследования)	Количество не менее	Кратность, не реже
Микробиологические исследования проб готовых блюд на соответствие требованиям санитарного законодательства	Салаты, сладкие блюда, напитки, вторые блюда, гарниры, соусы, творожные, яичные, овощные блюда	2—3 блюда исследуемого приема пищи	Два раза в год
Калорийность, выход блюд и соответствие химического состава блюд рецептуре	Рацион питания	1	Один раз в год
Контроль проводимой витаминизации блюд	Третьи блюда	Одно блюдо	Два раза в год
Микробиологические исследования смывов на наличие санитарно-показательной микрофлоры (БГКП)	Объекты производственного окружения, руки и спецодежда персонала	5—10 смывов	Один раз в год

А.А.Иванов

Исследования смывов на наличие яиц гельминтов	Оборудование, инвентарь, тара, руки, спецодежда персонала, сырые пищевые продукты (рыба, мясо, зелень)	Пять смывов	Один раз в год
Исследования питьевой воды на соответствие требованиям санитарных норм, правил и гигиенических нормативов по химическим и микробиологическим показателям	Питьевая вода из разводной сети помещений: моечных столовой и кухонной посуды; цехах: овощном, холодном, горячем, доготовочном (выборочно)	Две пробы	Один раз в год

Приложение 6

**СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ
ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНКУРСНОЙ ДОКУМЕНТАЦИИ**

№ п/п	Наименование пищевой продукции	Характеристики пищевой продукции (соответствие требованиям*)
1	2	3
1.	абрикосы свежие	ГОСТ 32787/2014
2.	абрикосы сушеные без косточки (курага)	ГОСТ 32896-2014
3.	апельсины свежие	ГОСТ 34307/2017
4.	баклажаны свежие	ГОСТ 31821-2012
5.	бананы свежие	ГОСТ Р 51603-2000
6.	брусника быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
7.	варенье	ГОСТ 34113-2017
8.	виноград сушеный	ГОСТ 6882-88.
9.	вишня быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
10.	горох шлифованный: цельный или колотый	ГОСТ 6201-68, с 1.11.2020 — ГОСТ 28674-2019
11.	горошек зеленый быстрозамороженный	ГОСТ Р 54683-2011
12.	горошек зеленый консервированный	ГОСТ 34112-2017
13.	груши свежие	ГОСТ 33499/2015
14.	жем	ГОСТ 31712-2012

Примечание.

* По ГОСТ или по ТУ изготовителя с показателями не ниже ГОСТ.

15.	зелень свежая (лук, укроп)	ГОСТ 34214-201 ГОСТ 32856-201	3
16.	йогурт или биоюгурт	ГОСТ 31981/201	
17.	кабачки (цукини) быстрозамороженные	ГОСТ Р 54683-20	
18.	кабачки свежие	ГОСТ 31822-2012	
19.	какао-напиток витаминизированный быстрорастворимый	ГОСТ 108-2014	
20.	капуста белокочанная свежая раннеспелая, среднеспелая, среднепоздняя и позднеспелая	ГОСТ Р 51809-20	
21.	капуста брокколи быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-20	
22.	капуста брюссельская быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-201	
23.	капуста квашеная	ГОСТ 34220-2017	
24.	капуста китайская (пекинская) свежая	ГОСТ 34323-2017	
25.	капуста свежая очищенная в вакуумной упаковке (белокочанная или краснокочанная)	ТУ изготовителя	
26.	капуста цветная быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011	
27.	капуста цветная свежая	ГОСТ 33952-2016	
28.	картофель продольственный свежий	ГОСТ 7176-2017	
29.	картофель свежий очищенный в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя	
30.	киви свежие	ГОСТ 31823/2012	
31.	кисель	ГОСТ 18488-2000	
32.	кислота лимонная	ГОСТ 908-2004	
33.	клубника быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016	
34.	клюква быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016	
35.	икра овощная из кабачков	ГОСТ 2654-2017	
36.	консервы рыбные	ГОСТ 7452-2014, ГОСТ 32156-2013	
37.	крахмал картофельный	ГОСТ Р 53876-2010	
38.	крупа гречневая ядрица	ГОСТ Р 55290-2012	
39.	крупа кукурузная шлифованная	ГОСТ 6002-69	
40.	крупа овсяная	ГОСТ 3034-75	
41.	крупа пшеничная	ГОСТ 276-60	
42.	крупа пшено шлифованное	ГОСТ 572-2016	
43.	крупа рис шлифованный	ГОСТ 6292-93	
44.	крупа ячменная перловая	ГОСТ 5784-60	
45.	кукуруза сахарная в зернах, консервированная	ГОСТ 34114-2017	
46.	лавровый лист	ГОСТ 17594-81	
47.	лимоны свежие	ГОСТ 34307-2017	
48.	лук репчатый свежий	ГОСТ 34306-2017	

Администрация образовательного учреждения

Код	Наименование	ТУ изготовителя	ТУ изготовителя
50.	мак пищевой	ГОСТ Р 52533-2006	
51.	макаронные изделия группы А (вермишель, лапша) яичные	ГОСТ 31743-2017	
52.	малина быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016	
53.	мандарины свежие (не ниже 1-го сорта)	ГОСТ 34307-2017	
54.	масло подсолнечное	ГОСТ 1129-2013	
55.	масло сладкосливочное несоленое	ГОСТ 32261-2013	
56.	мед натуральный	ГОСТ 19792-2017	
57.	молоко питьевое	ГОСТ 32252-2013 ГОСТ 31450-2013	
58.	молоко цельное сгущенное с сахаром	ГОСТ 31688-2012	
59.	молоко стерилизованное концентрированное	ГОСТ 3254-2017	
60.	морковь столовая свежая	ГОСТ 32284-2013	
61.	мука пшеничная хлебопекарная	ГОСТ 26574-2017	
62.	мясо, замороженное в блоках — говядина, для детского питания	ГОСТ 31799-2012	
63.	мясо индейки охлажденное, замороженное	ГОСТ Р 52820-2007	
64.	натрий двууглекислый (сода пищевая)	ГОСТ 2156-76	
65.	нектарины свежие	ГОСТ 34340-2017	
66.	нектары фруктовые и фруктово-овощные	ГОСТ 32104-2013	
67.	огурцы консервированные без добавления уксуса	ТУ производителя	
68.	огурцы свежие	ГОСТ 33932-2016	
69.	огурцы соленые стерилизованные (консервированные без добавления уксуса)	ГОСТ 34220-2017	
70.	перец сладкий свежий	ГОСТ 34325-2017	
71.	плоды шиповника сушеные	ГОСТ 1994-93	
72.	повидло	ГОСТ 32099-2013	
73.	полуфабрикаты мясные крупнокусковые бескостные	ГОСТ Р 54754-2011	
74.	полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса кур и мяса индейки охлажденные, замороженные	ГОСТ 31465-2012	
75.	полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса кур и мяса цыплят-бройлеров охлажденные	ГОСТ 31465-2012	
76.	редис свежий	ГОСТ 34216-2017	
77.	рыба мороженая (треска, пикша, сайра, минтай, хек, окунь морской, судак, кефаль, горбуша, кета, нерка, семга, форель)	ГОСТ 32366-2013	

78.	салат свежий (листовой, кочанный)	ГОСТ 33985-21	3
79.	сахар-песок или сахар белый кристаллический	ГОСТ 33222-20	
80.	сахар-песок или сахар белый кристаллический порционный	ГОСТ 33222-20	
81.	свекла свежая очищенная в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя	
82.	свекла столовая свежая	ГОСТ 32285-20	
83.	сиропы на плодово-ягодном, плодово или ягодном сырье (без консервантов) в ассортименте	ГОСТ 28499-2011	
84.	слива свежая	ГОСТ 32286-2011	
85.	сметана	ГОСТ 31452-2011	
86.	смородина черная быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2011	
87.	соль поваренная пищевая выварочная йодированная	ГОСТ Р 51574-2011	
88.	субпродукты — печень	ГОСТ 31799-2012	
89.	сухари панировочные из хлебных сухарей высшего сорта	ГОСТ 28402-89	
90.	сыры полутвердые	ГОСТ 32260-2013	
91.	творог (не выше 9% жирности)	ГОСТ 31453-2013	
92.	томатная паста или томатное пюре без соли	ГОСТ 3343-2017	
93.	томаты свежие	ГОСТ 34298-2017	
94.	тушки цыплят-бройлеров потрошенные охлажденные, замороженные	ГОСТ Р 52306-2000	
95.	фасоль продольственная белая или красная	ГОСТ 7758-75	
96.	фруктовая смесь быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016	
97.	фрукты косточковые сушеные (чернослив)	ГОСТ 32896-2014	
98.	хлеб белый из пшеничной муки	ГОСТ 26987-86, ГОСТ 31752-2012,	
99.	хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	ГОСТ 31752-2012, ГОСТ 31807-2018, ГОСТ 26983-2015	
100.	хлеб зерновой	ГОСТ 25832-89	
101.	хлеб из муки пшеничной хлебопекарной, обогащенный витаминами и минералами	ТУ изготовителя	
102.	хлопья овсяные (виды «Геркулес», «экстра»)	ГОСТ 21149-93	
103.	чай черный байховый в ассортименте	ГОСТ Р 32573-2013	
104.	черешня свежая	ГОСТ 33801-2016	
105.	яблоки свежие	ГОСТ 34314-2017	
106.	ядро ореха грецкого	ГОСТ 16833-2014	
107.	яйца куриные столовые	ГОСТ 31654-2012	
108.	крупа манная	ГОСТ 7022-97, с 01.11.2020 — ГОСТ 7022-2019	

Администрация образовательной организации 15/0000